СПЕЦВЫПУСК
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
РЕЦЕПТОВ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

НОВОГОДНИЙ ЛОСОСЬ ПО-ЦАРСКИ И ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ ИЗ РЫБЫ

№ 36

Асанова Вера, г. Клинцы

Салат «Морская звезда»

200 г красной рыбы, 300 г очищенных вареных креветок, 100 г твердого сыра, 2 вареных яйца, 100 г маринованных огурчиков, 1 большой помидор, 1/2 лимона, сметана, майонез, кунжут.

Сыр и яйца натереть на терке, огурцы и креветки нарезать кусочками.

Соус: смешать в равных частях сметану и майонез, добавить немного лимонного сока и соль. Все компоненты смешать с соусом и выложить на блюдо в виде «звезды».

Помидор нарезать тонкими ломтиками и выложить на салат. На помидор выложить тонко нарезанные кусочки рыбы, сверху посыпать кунжутом.

Украсить лимоном и целыми креветками.

Афанасьева Тамара, г. Валдай

Салат из копченой скумбрии

1 копченая скумбрия, 3 помидора, 5 вареных яиц, 1 б. консервированной белой фасоли, 1 луковица, горчица, 1 ст. л. соли, 2 ст. л. сахара, 2 ст. л. 9% уксуса, 1 ст. кипятка.

Лук режем тонкими полукольцами и заливаем маринадом, который готовим из кипятка, соли, сахара и уксуса. Оставляем на 20 мин. под крышкой, затем остужаем.

Рыбу разделываем на чистое филе и нарезаем небольшими кусочками. Горчицу (по вкусу) смешиваем со сцеженной заливкой от фасоли.

Помидоры и яйца режем небольшими кубиками, добавляем остуженный и сцеженный лук, фасоль, рыбу, горчицу и очень аккуратно перемешиваем.

Брыкова Анастасия, г. Семенов

«Селедка под шубой»

500 г соленой сельди, 400 г вареной свеклы, 400 г варено моркови, 400 г вареного картофеля, 200 г сливочного сыра, 400 г майонеза, 10 г желатина.

Замочить желатин в 1/2 ст. холодной воды, дать набухнуть, распустить его на водяной бане до полного растворения (не кипятить), остудить и перемешать с майонезом.

Свеклу и морковь натереть на мелкой терке, картофель - на крупной. Сельдь разделать на чистое филе и нарезать небольшим ломтиками.

На столе разложить пищевую пленку (желательно несколько в слоев).

К свекле добавить 3-4 ст. л. майонеза смеси, перемешать и выложить прямоугольным слоем на пленку. Следующим слоем выложить сливочный сыр, в который также нужно добавить 2-3 ст. л. майонеза. Каждый последующий слой продуктов должен быть меньше по площади. Следующий слой картофель, смешанный с 2-3 ст. л. майонеза, затем слой моркови с 2-3 ст. л. майонеза. Посередине морковного слоя положить кусочки сельди. Аккуратно, придерживая края пленки с двух сторон свернуть все рулетом немного прижимая. Края пленки закрутить. Завернуть рулет в фольгу и убрать на несколько часов в холодильник.

Балабина Эвелина, г. Владимир

Закуска «Золотая рыбка»

1-1,5 кг минтая (морской белой рыбы), 4 луковицы, 4 вареных яйца, майонез, растит. масло, соль и специи (лавровый лист, перец горошком, гвоздика) по вкусу.

Рыбу отварить в подсоленной воде со специями (лавровый лист, перец горошком, гвоздика), остудить, очистить от костей и разобрать на ломтики. Выложить рыбу на плоское блюдо ровным слоем. Лук обжарить на растит. масле до золотистого цвета.

Яйца разделить на желток и белок и натереть белок на крупной терке. На рыбу выложить сначала лук, затем тертые белки. Сверху полить майонезом и украсить тертым желтком.

Басова Алла, г. Переславль-Залесский

Копченая форель с соусом тартар

400 г копченой форели или семги, 2 ст. л. майонеза, 10 оливок, 4 ст. л. сметаны, 2 ст. л. нарезанного лука-порея, 1/2 красной луковицы, соль, перец, 1 лимон, 16 небольших гренок, мелкие листья салата, оливковое масло, майонез.

Красный лук и оливки мелко порубить. Майонез перемешать со сметаной в любом соотношении, добавить соль, перец, лимон по вкусу, красный лук и маслины.

Форель, нарезанную крупными кубиками, и мелко нарезанный лук-порей добавить в майонез. Листья салата сбрызнуть оливковым маслом, посолить и поперчить по вкусу.

Гренки подрумянить до золотисто-коричневой корочки. На гренки выложить по столовой ложке рыбы в соусе тартар, украсить листьями салата.

Банникова Ольга, г. Вязьма

Салат «Сисиль»

1 сельдь холодного копчения, 3 стебля сельдерея, 2 кислых яблока, 1 грейпфрут, 50 г твердого сыра, листья салата, 1 вареный желток, горчица, чеснок, жирная сметана, лимонный сок, соль, перец по вкусу.

Селедку разделать на чистое филе, нарезать мелкими кубиками. Сельдерей нарезать кольцами в 3-4 мм. Яблоки очистить от кожицы и семян, нарезать кубиками, сбрызнуть лимонным соком, чтобы не потемнели. Сыр нарезать мелкими кубиками.

Для заправки: желток растереть с 1 ч. л. (без верха) горчицы и 2 ст. л. сметаны. Добавить измельченный зубчик чеснока и сок 1/2 лимона. Смешать с заправкой все подготовленные ингредиенты и поставить салат в холодильник. Грейпфрут почистить, удалить все пленки и косточки, после чего осторожно разделить его руками на маленькие кусочки. Достать салат из холодильника, добавить грейпфрут вместе с соком и осторожно перемешать. Посолить по вкусу. Выложить салат на плоское блюдо, застеленное листьями салата, посыпать молотым черным перцем.

Ломтики хрустящего хлеба - очень хорошее дополнение.

Щелканова Варвара, г. Тюмень

Салат из горбуши с огурцом

500 г филе горбуши, 2 маринованных огурца, 3 ст. л. растит. масла, 2 вареных желтка, 1 зубчик чеснока, 1 ч. л. соли, 2 ст. л. 9% уксуса, черный молотый перец на кончике ножа.

Огурцы нарежьте соломкой. Филе горбуши залейте водой, посолите, отварите, остудите, не вынимая из бульона.

Для заправки: разотрите растит. масло с желтками, добавьте измельченный чеснок.

Горбушу нарежьте небольшими кусочками, аккуратно перемешайте с огурцами и полейте приготовленной заправкой.

Барабанщикова Светлана, г. Киров

Розово-зеленый салат

200 г филе лосося, 8 маленьких картофелин, 100 г стручковой фасоли, 1 ч. л. сладкой паприки, 1 ч. л. неострой горчицы, 1 ст. л. белого вина, оливковое масло, соль.

Почистить спаржу, отрезать жесткую часть, отварить на пару в течение 10 мин. Почистить картошку, разрезать пополам и варить 10 мин. с момента закипания воды. Слить воду и держать в тепле вместе со спаржей.

В сковородке нагреть 4 ст. л. масла с паприкой, затем положить филе лосося, обжарить с двух сторон по паре мин. Посолить.

Слегка остывший лосось разделить на кусочки. Разложить его и овощи по тарелкам. Приготовить заправку, взбив вилкой горчицу, 3 ст. л. масла, вино и соль.

Подавать теплым.

Алифанова Анастасия, г. Брянск

Хек «По-гречески»

1 кг рыбы, 1/2 кг помидоров, 4 луковицы, 3 моркови, 1/2 ст. растит. масла, 2 ч. л. сахара, 1/2 головки чеснока, 3 лавровых листа, по 1 ст. л. рубленой зелени петрушки и укропа, перец горошком, соль.

Рыбу разделать на филе, нарезать порционными кусками и плотно уложить на дно кастрюли так, чтобы край каждого куска заходил на соседний кусок. Рыбу засыпать мелко нарезанными и перемешанными морковью и луком. Посолить и посыпать сахаром. Сверху положить слой рыбы и снова засыпать морковью и луком, солью и сахаром, положить лавровый лист, перец горошком, залить помидорами, пропущенными через мясорубку, и растит. маслом. Накрыть кастрюлю крышкой и на сильном огне довести до кипения. После этого огонь уменьшить и, сняв крышку, держать рыбу на слабом огне до тех пор, пока масло не приобретет красный цвет, а морковь не станет мягкой. Снять кастрюлю с плиты, положить в готовую рыбу лавровый лист, растолченный с солью чеснок и зелень. Закрыть крышкой и дать остыть.

Холодную рыбу переложить из кастрюли на блюдо, покрыть овощами из маринада и посыпать зеленью.

Ромова Анна, г. Белово

Салат из печени трески

300 г печени трески в масле, 200 г твердого сыра, 1 вареное яйцо, зелень.

Яйцо и сыр натереть на терке. Печень трески вместе с маслом размять вилкой, добавить тертый сыр и яйцо, тщательно перемешать. Выложить в салатник и украсить зеленью.

Гнутова Зоя, г. Сызрань

Рыбные ленивые голубцы

500 г филе рыбы, 500 г капусты, 2 ст. л. риса, 1 луковица, 2 ст. л. маргарина, 1 ст. томат. соуса, соль, перец, зелень.

Капусту отварить до готовности и мелко порубить. Рыбу пропустить через мясорубку, рис сварить.

Рубленую капусту и рис положить в рыбный фарш, добавить соль, перец, жареный лук и все перемешать.

Из подготовленной массы сделать колбаски, которые положить на смазанную жиром сковороду, залить томатным соусом и запекать.

При подаче на стол посыпать зеленью.

Калмыкова Вера, г. Йошкар-Ола

Рыбный салат «Снежная горка»

2 средних яблока, 2 средних моркови, 3 вареных яйца, 1 б. консервированного лосося

Размять вилкой лосось с целым яйцом и желтком одного яйца (белок оставить для украшения), добавить майонез. Натереть по отдельности на крупной терке морковь, яблоки натереть на крупной терке и смешать с майонезом.

Выложить миску пищевой пленкой. На дно уложить половину яблок, ложкой прижимая массу к бортикам. Затем половину лосося, сверху - половину моркови.

Затем снова яблоки, лосось, морковь и покрыть листьями салата. На миску сверху положить блюдо перевернуть, снять миску и пленку.

Сверху посыпать салат тертым на мелкой терке белком.

Власова Татьяна, г. Арсеньев

Рыбный торт

500 г рыбы (нежирной), 500 г моркови, 300 г кураги или чернослива, 2 луковицы, 2 ст. л. растит. масла, 1/4 ст. воды, 1 лавровый лист, 5 горошин черного перца, соль, перец по вкусу.

В форму или кастрюлю налить растит. масло, уложить слоями тертую на крупной терке морковь, майонез, чернослив без косточек, нарезанное тонкими полосками рыбное филе, посолить, поперчить по вкусу, посыпать мелкорубленым луком и снова повторить все слои. Верхний слой - морковь, затем полить разбавленным водой майонезом, положить перец горошком и лавровый лист, поставить в духовку и запекать при 180°С 1-1,5 ч.

Готовое блюдо остудить, перевернуть на блюдо и аккуратно снять кастрюлю. При подаче украсить зеленью.

Богатырева Ангелина, г. Псков

Рыбный салат

250 г консервированной в томате рыбы, 300 г вареного картофеля, 300 г помидоров, 150 г сладких перцев, 1 ст. вареного риса, 1 луковица, 5 ст. л. белого сухого вина, 1,5 ст. л. томат-пасты, 1 ст. л. растит. масла, 1 зубчик чеснока, сахар, соль, перец, зелень.

Картофель очистить и нарезать кубиками. Помидоры, перец, рыбу мелко нарезать. Все перемешать. Лук нашинковать, на сковороде смешать с растит. маслом, томат-пастой, добавить соль, перец, сахар, белое вино, измельченный чеснок и все потушить несколько минут. Полученным соусом заправить салат.

Готовый салат подавать охлажденным, украсив зеленью.

Гусева Светлана, г. Кузнецк

Рулетики из сельди с грибами

100 г сельди, сухие грибы, 1 луковица, 1/2 ст. л. растит. масла, 1 соленый огурец, зелень петрушки.

Для фарша: сушеные грибы отварить и поджарить на растит. масле. Мелко нарезать лук и спассеровать. Все перемешать и добавить молотый перец.

Филе сельди слегка отбить и завернуть фарш. Приготовленные рулетики разрезать пополам, положить сверху половинки или четвертинки соленого огурца, а сверху добавить оставшийся фарш.

Перед подачей украсить веточками петрушки.

Багрова Олеся, г. Княгинино

Хе из рыбы «Морская радость»

300 г филе белой рыбы, 2 луковицы, 300 г моркови, 1/2 ст. растит. масла, 1/2 головки чеснока, 1/4 ст. соевого соуса, 2 ст. л. 70% уксуса, 1/2 ст. л. сахара, 20 г кориандра, 2 ч. л. молотого красного перца, 1/2 ч. л. молотого черного перца.

Филе нарезать тонкими брусочками, полить уксусом, добавить сахар, соль по вкусу, тщательно перемешать и оставить в закрытой посуде на 5-6 ч. К маринованной рыбе положить нарезанный лук и залить раскаленным растит. маслом.

Морковь, нашинкованную тонкой соломкой, посыпать солью, отжать сок и перемешать с рыбой. Затем добавить красный перец, мелкорубленый чеснок, соевый соус и кинзу.

Массу хорошо перемешать и оставить еще на 2-3 ч.

Блюдо подавать в холодном виде.

Голубова Анасасия, г. Люберцы

Пикантная рыбка

2 рыбных тушки (скумбрия, хек и т. д.), 2 вареных яйца, 4 зубчика чеснока, 1 лимон, 4 ст. л. майонеза, соль, перец.

Яйца натереть на мелкой терке, добавить растертый чеснок, майонез, хорошо размешать.

Рыбу выпотрошить. Сделать поперечные надрезы по спинке, до хребта.

Приготовленной смесью смазать рыбу в средине и сверху, посолить, поперчить. Лимончик нарезать тонкими дольками, вложить в разрезы.

Поставить в разогретую духовку на 25 мин. 180°С.

Ягодина Юлия, г. Находка

Салат рыбный с чипсами

1 б. рыбных консервов, 1 вареная морковь, 1 зубчик чеснока, 100 г картофельных чипсов, 3 ст. л. майонеза.

Консервы размять вилкой. Натереть морковь и смешать ее с толченым чесноком, посолить.

Салат выложить на плоское блюдо слоями: консервы, майонез, морковь, майонез.

Чипсы поломать и посыпать ими салат.

Буданова Зинаида, г. Орел

Салат «Австрийский»

1 б. (260 г) любых натуральных рыбных консервов, 7 вареных яиц, 2 луковицы, 100 г сливочного масла, 100 г твердого сыра, 2 антоновских яблока, 15 грецких орехов, 250 г майонеза, 3% уксус по вкусу.

Лук мелко нарезать и замариновать в уксусе на 3 ч. Рыбу отделить от костей и размять вилкой. Яйца очистить, отделить белки от желтков, яблоки очистить от кожицы.

Желтки, белки, яблоко, сыр и замороженное масло натереть отдельно на крупной терке.

На блюдо выложить слой белков, затем слой консервов и лука, смазать майонезом.

Затем слои масла, сыра, яблок и желтков. Салату придать форму торта, подровнять по кругу края. Верх и бока смазать майонезом и посыпать толчеными ядрами грецких орехов. Готовый салат украсить зеленью петрушки.

Варламова Оксана, г. Усть-Катав

Салат «Немизида»

2 красных сладких перца, 3 ст. л. оливкового масла, 2 ст. л. лимонного сока, 4 яйца, листья зеленого салата, 300 г филе копченой скумбрии, 300 г мелкого вареного картофеля.

Перцы запечь в духовке, положить в полиэтиленовый пакет, плотно завязать, дать остыть, затем очистить от кожуры и нарезать соломкой. Соединить оливковое масло, лимонный сок, перец.

Яйца сварить и очистить. На блюдо выложить листья салата, на них слоями - перец, рыбу, картофель, залить заправкой и сверху положить яйца, разрезанные пополам.

Петухова Лариса, г. Сухой Лог

Закуска из трески с сыром

500 г филе трески, 3 вареных яйца, 2 луковицы, 100 г голландского сыра, 150 г майонеза, 6 маслин, перец и соль по вкусу.

Яйца порубить, лук нарезать кольцами, сыр натереть на крупной терке.

Филе отварить в подсоленной воде, нарезать крупными кусками, выложить в блюдо, сверху положить кольца лука, поперчить, посыпать рублеными яйцами и тертым сыром, полить майонезом, украсить маслинами и подать к столу.

Зарецкая Татьяна, г. Уссурийск

Закуска «Шустрик»

400 г филе слабосоленой сельди, 300 г шампиньонов, 400 г картофеля, растит. масло, лук-порей, соль по вкусу.

Филе нарезать полосками шириной 1,5 см и выложить на тарелку. Шампиньоны и отварной картофель, нарезанный кубиками, обжарить на растит. масле, подсолить. Полученную смесь выложить на тарелку рядом с сельдью. Перед подачей на стол блюдо украсить мелко нарезанным луком-пореем.

Малчевская Яна, г. Муром

Лепестки из семги

300 г семги слабого посола (или лосося), икра красная, зелень петрушки, лимон для украшения.

Соус: 1 ст. л. растит. масла, по 1/4 зеленого и желтого болгарского перца, 1 ст. л. лимонного сока, соль, перец по вкусу.

Креветочный мусс: 300 г очищенных креветок, 1/2 ст. 20% сливок, ломтик лимона, соль, перец по вкусу.

Для соуса: зеленый перец мелко нарежьте, добавьте масло, лимонный сок, посолите, поперчите и взбейте миксером до кашеобразного состояния. Таким же способом приготовьте соус из желтого перца.

Для мусса: креветки измельчите миксером в однородное пюре, добавьте сливки, посолите, поперчите и хорошо взбейте.

Семгу нарежьте тонкими пластинками, обложите дно круглой формы и заполните ее креветочным муссом. Слегка утрамбуйте, после чего осторожно выверните содержимое формы на тарелку.

Украсьте икрой, петрушкой, лимоном. С обеих сторон налейте разные соусы.

Ющенко Тамара, г. Северск

Салат «Российский»

Количество продуктов на ваше усмотрение: соленая красная рыба, репчатый лук, вареные яйца, сыр, майонез, зелень.

Рыбу и лук нарезать небольшими кубиками. Яйца разобрать на желтки и белки и мелко порубить, сыр натереть на крупной терке.

Салат укладывать слоями: рыба, лук, майонез, белки, майонез, сыр, майонез, желтки. Каждый слой смазывать майонезом.

Готовый салат поставить в холодильник на 1 ч. При подаче украсить зеленью.

Астахова Юлия, г. Выборг

Салат «Красное море»

200 г филе отварной рыбы, 4 вареных картофелины, 1 луковица, 3 свежих или соленых огурца, 3 вареных яйца, соль, перец, листья салата.

Соус: 1 ст. л. томатного сока, 1 ст. л. горчицы, майонез по вкусу.

Рыбу, картофель, яйца, лук и огурцы нарезать кубиками, посолить, поперчить и заправить соусом.

Салат переложить в салатник и украсить листьями зеленого салата.

Улиткина Нина, г. Тюмень

Селедочка с овощами

2 сельди, 1 свекла, 2 моркови, 2 луковицы, 250 г майонеза, зелень.

Сельдь разделать на филе, отварные свеклу и морковь нарезать мелкими кубиками. Сельдь уложить в селедочницу, сверху тонким слоем выложить подготовленные овощи, все залить майонезом. Салат украсить зеленью и кольцами репчатого лука, после чего поставить в холодильник на 2 ч.

Голубинцева Ирина, г. Семенов

Суп из горбуши

4 картофелины, 1 луковица, 1 морковь (не обязательно), 1 б. консервированной горбуши, соль, перец.

Картофель нарежьте кубиками, залейте 2 л воды, посолите и варите 10 мин. после закипания.

Лук мелко нарежьте, морковь натрите на мелкой терке. Добавьте овощи к картофелю и варите еще 5 мин. Затем выложите в суп консервы вместе с жидкостью. Доведите суп до кипения и дайте повариться еще 2-3 мин.

Гужвина Владислава, г. Сызрань

Уха «Рыбацкая»

1 кг рыбы (судак, треска, налим, щука, крупный окунь), 1 кг картофеля, 3 луковицы, 100 г зеленого лука, 1 пучок укропа, 3 горошины душистого перца, 2 лавровых листа, 3 л воды, соль.

Рыбу аккуратно разделать на чистое филе. Голову (жабры удалить), кожу, рыбьи кости тщательно промыть, залить холодной водой, поставить на огонь и довести до кипения, снять пену и варить 1 ч. Бульон процедить и снова прокипятить.

Филе нарезать кусочками и варить в процеженном бульоне при слабом кипении 10-15 мин. Рыбу вынуть, бульон еще раз процедить.

Картофель нарезать ломтиками, лук - кольцами. Бульон еще раз вскипятить, положить в него лук, лавровый лист и душистый перец. Варить 5 мин., добавить картофель, варить до готовности и посолить по вкусу.

В тарелки положить куски рыбы, залить ухой, посыпать рубленой зеленью укропа и зеленым луком и подавать к столу.

Яковлева Ольга, г. Ярославль

Похлебка «По-славянски»

400 г мороженых сардин, 300 г мороженого филе хека, 50 г сушеных белых грибов, 6 картофелин, 1/2 морковки, 1/4 корня петрушки, 1/2 луковицы, 1 долька чеснока, 2 ст. л. растит. масла, 4 ст. рыбного бульона, 2 ст. грибного бульона, соль по вкусу.

Сварить бульон из сардин и процедить. Предварительно замоченные сушеные грибы сварить в той же воде, промыть, мелко нарезать и добавить в суп за 10-15 мин. до окончания варки. Коренья и лук, нарезанные соломкой, спассеровать. В кипящий рыбный бульон положить нарезанный брусочками картофель и варить 10 мин., затем положить спассерованные овощи и грибы. В готовый суп добавить растертый чеснок.

В порционные тарелки положить горячие отварные кусочки хека без костей, налить суп и посыпать зеленью.

Для похлебки можно использовать свежие белые грибы или шампиньоны (100 г). Свежие грибы, нарезанные соломкой, кладут в кипящий бульон и варят 35 мин.

Волошинова Евгения, г. Астрахань

Суп из рыбы с картофелем

На 1,5 кг рыбы: 5 горошин черного перца, 1 лавровый лист, 3 морковки, 800 г картофеля, 2 луковицы, 1 ст. л. рубленого укропа или зелени петрушки, соль.

Очищенную и подготовленную рыбу опустить в холодную воду, когда закипит, снять пену, добавить приправы и варить до полной готовности. Затем вынуть рыбу, бульон процедить. В процеженный бульон добавить соль и морковь, нарезанную соломкой, картофель - брусочками, варить до полуготовности. Нашинкованный лук смешать с мукой, слегка обжарить на масле, разбавить бульоном и положить в суп. Перед подачей на стол добавить куски рыбы, рубленую зелень.

Воскобойникова Анастасия, г. Нальчик

Суп со сметаной

1 кг рыбы (щуки, судака, карасей, окуней, ершей и т. д.), 3 луковицы, 1 морковь, 1/2 ст. муки, 1 корень сельдерея, 1 корень пастернака, 2 ст. сметаны, 1 корень петрушки, 1 стебель лука-порея, зелень, 2 лавровых листа, 10 картофелин, 25 горошин черного перца, 2 ст. л. сливочного масла.

Положить в кастрюлю кореньяя, пряности, рыбу, посолить, залить холодной водой, варить на умеренном огне. Полученный бульон процедить. Лук мелко нарезать, обжарить на масле. Всыпать муку, обжарить до золотистого цвета, развести рыбным бульоном, прокипятить, процедить через сито в другую кастрюлю, всыпать зелень, положить сметану, отваренный до полуготовности и нарезанный кубиками картофель и варить до его готовности.

Рыбу подавать отдельно с маслом.

Авчинникова Ольга, г. Киров

Суп рыбный с крупой и лимоном

200 г рыбы, 1/3 ст. риса, 1/2 лимона, 1 ст. л. сметаны, 1 луковица, 1 ст. л. сливочного масла, зелень, соль, специи.

В кипящую воду кладут лук, сметану и доводят до кипения. Лук мелко нарезают и пассеруют на сливочном масле. Отдельно отваривают рис, затем промывают его и кладут в бульон с луком и сметаной.

В суповую тарелку кладут кусочки отварной рыбы, ломтики очищенного от кожуры лимона, наливают суп и посыпают его мелко нарезанной зеленью.

Воронина Лариса, г. Ярославль

Похлебка «По-суворовски»

400 г судака, 300 г картофеля, 1/2 моркови, 1 луковица, 50 г корня сельдерея, 100 г сушеных грибов, 100 г помидоров, 3 зубчика чеснока, 50 г сливочного масла, 30 г зелени петрушки, 2 л бульона.

Кулебяка: 600 г слоеного теста, 300 г судака или окуня, 2 небольшие луковицы, 50 г маргарина, соль, перец.

Сварить рыбный бульон из головы (удалив жабры), хвоста. Замочить в холодной воде грибы, затем промыть, отварить и нарезать. Подготовить и нарезать рыбу, картофель. Спассеровать грибы, морковь, корень сельдерея, лук. Подготовленные продукты положить в глиняный горшок, залить рыбным бульоном и поставить в духовку. Перед окончанием варки добавить свежие помидоры, нарезанные дольками, соль, перец. При подаче положить рубленый чеснок, зелень петрушки. Отдельно к похлебке подать кулебяку из слоеного теста.

Бурмистрова Светлана, г. Павлово

Солянка «Праздничная»

3 вида рыбы - по 100 г каждой, 1 б. оливок, 2 ч. л. томат-пасты, 2 соленых огурца, 100 г маринованных грибов, 1 луковица, 2 ст. л. растит. масла, 1 ст. л. муки, 10 маслин, 1/2 ст. огуречного рассола, 1 ст. л. каперсов, черный перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль, лимон.

Сварите 1 л рыбного бульона (из любой рыбы). Рубленый лук обжарьте, посыпьте мукой, перемешайте, обжарьте, пока мука не станет золотистого цвета. Влейте в кастрюлю рыбный бульон и огуречный рассол, хорошо перемешайте и доведите до кипения.

Нашинкуйте грибы, каперсы, из оливок удалите косточки, добавьте все это в бульон, доведите до кипения. Рыбу нарежьте кусками, ошпарьте кипятком, припустите на сковороде с маслом, томат-пастой и огурцами, с которых снята кожура. Добавьте рыбу и огурцы в кастрюлю и варите солянку на слабом огне до готовности рыбы. За 3 мин. до окончания варки добавьте лавровый лист, специи.

При подаче на стол в тарелки положите по куску каждого вида рыбы, залейте бульоном, добавьте по кружочку лимона, зелень и маслины.

Барышникова Наталья, г. Павлово

Уха из судака с помидорами

300 г судака, 3 картофелины, 2 помидора, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 ст. л. сливочного масла, 4 веточки петрушки, 1 л воды, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, хорошо промыть и нарезать порционными кусками.

Хвост и голову залить холодной водой, положить очищенный корень петрушки и варить 30-40 мин. на медленном огне. Затем бульон процедить.

Картофель нарезать ломтиками. Поставить бульон на огонь, добавить картофель и варить 15 мин. Помидоры нарезать ломтиками.

Положить в уху порционные куски рыбы, помидоры, нарезанный лук, варить 15 мин., посолить и приправить маслом.

Разлить уху по тарелкам, посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Иванкова Галина, г. Тобольск

Борщ с минтаем

600 г филе минтая, 3 свеклы, 4 картофелины, 1 морковь, 1 ст. л. рубленой зелени сельдерея, 2 помидора, 200 г кабачков, 3 ст. л. зеленого лука, 2 лавровых листа, соль.

Очистить свеклу, нарезать соломкой, положить ее в кипящий рыбный бульон, добавить нарезанную соломкой морковь и варить при слабом кипении 15 мин. Затем положить очищенные и нарезанные кабачки, помидоры и картофель, лук, зелень сельдерея, лавровый лист, соль и варить до готовности.

В порционные тарелки положить кусочки вареной рыбы, налить борщ, заправить сметаной.

Гривина Любовь, г. Стерлитамак

Селянка рыбная

1,2 кг морской рыбы, 2 ст. л. растит. масла, 1 луковица, 1,5 ст. л. муки, 1 лавровый лист, 10 оливок, 10 шампиньонов, 2 соленых огурца, 200 г свежей или квашеной капусты, 2 ст. огуречного рассола, 1 ст. сметаны или 33% сливок, соль.

Лук мелко нарезать, обжарить на растит. масле, всыпать муку, слегка обжарить, развести водой, положить нарезанную порционными кусками рыбу, добавить лавровый лист, перец, оливки, мелко нарезанные шампиньоны, соленые огурцы и капусту, предварительно ошпаренную кипятком. Вскипятить несколько раз, чтобы сварилась рыба, добавить огуречный рассол, вскипятить, положить сметану, посыпать зеленью и подавать.

Быкадорова Ксения, г. Орел

Борщ из карасей «Обед рыбака»

800 г карасей, 50 г грибов, 200 г свеклы, 2 моркови, 1 корень петрушки, 200 г квашеной капусты, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 1,5 ст. свекольного сока, 15 горошин черного перца, мука или сухари, 2 ст. л. растит. масла, 3 лавровых листа.

1 морковь, коренья, 1/2 луковицы, перец горошком, лавровые листья, грибы сварить, бульон процедить. В процеженный бульон положить промытую капусту и шинкованную свеклу. Лук нашинковать, обжарить на 1 ст. л. сливочного масла, смешать с 1 ст. л. муки, заправить борщ, влить свекольный рассол.

Карасей слегка обвалять в муке или сухарях, обжарить, опустить в борщ и дать вскипеть.

Подавать со сметаной.

Володина Раиса, г. Братск

«Красный» суп из рыбы

800 г рыбы, по 1 свекле, морковке, луковице, корню петрушки, соль и масло по вкусу.

Почистить, выпотрошить и нарезать порционными кусками рыбу. Головы освободить от жабр, сложить в посуду вместе с хвостами, икрой и молоками и нарезанной ломтиками свеклой.

Залить холодной водой. Варить 1 ч. Готовый бульон процедить, довести до кипения, опустить в него нарезанные морковь, репчатый лук, корень петрушки, картофель и куски рыбы, соль. Проварить 20-30 мин. Подать, заправив суп маслом. Посыпать зеленью петрушки.

Этот суп можно приготовить из живого карпа, сазана, некрупной щуки. Он имеет приятный вкус и без добавления специй и приправ.

Разведенкова Антонина, г. Воркута

Суп рыбный с плавленым сыром

500 г рыбного филе (трески, камбалы и т. д.), 500 г креветок, 2 ст. л. сливочного масла, 1 луковица, 1 морковь, 100 г корня сельдерея, 2 ст. л. муки, соль, паприка, 5 ст. куриного бульона (можно из кубиков), 100 г плавленого сыра.

Нарезать кубиками рыбное филе и смешать с очищенными креветками. В кастрюле растопить масло и потушить нарезанные овощи с луком. Добавить муку, соль, паприку. Постепенно ввести куриный бульон. Непрерывно помешивать, пока смесь не загустеет. Добавить рыбу и креветки. Тушить 5 мин. до готовности рыбы.

Ввести сыр и готовить, помешивая, пока сыр не расплавится.

Голдина Ангелина, г. Саранск

ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 4 филе лосося,
- 2/3 ст. миндаля,
- 1/4 ст. муки,
- 1 желток,
- 2 ст. л. молока,
- 3 ст. л. слив. масла,
- соль, перец.

Лосось «По-царски»

- За 5 мин. до начала приготовления филе натереть солью и перцем.
- Миндаль измельчить.
- В одной кастрюле смешать муку с орехами, а в другой - желток с молоком.
- В глубокой сковороде разогреть масло.
- Положить филе в яичную массу, затем обвалять в ореховой смеси.
- Выложить филе в сковороду так, чтобы куски не касались друг друга.
- Жарить с двух сторон в течение 5-8 мин.

Зверева Евгения, г. Павлово

ПОТРЕБУЕТСЯ:

- Филе 1 щуки,
- 1 луковица,
- 3 ст. л. манной крупы,
- 1 пучок зелени,
- панир. сухари,
- 1 яйцо,
- соль, перец,
- маслины,
- растит. масло.

Котлеты из щуки «С секретом»

- Филе пропустить через мясорубку.
- Лук и зелень мелко нарезать, добавить их в фарш, посолить, поперчить по вкусу.
- Сформировать круглые котлетки, в серединку каждой котлетки положить маслинку. Обмакнуть во взбитое яйцо, обвалять в сухарях и обжарить на растит. масле.
- Сначала на сильном огне, чтобы образовалась корочка, а потом огонь убавить и довести до готовности (можно в духовке).

Якушева Нина, г. Рубцовск

ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 1 кг рыбного филе,
- 200 г копченой грудинки,
- 2 яйца,
- 3 ст. л. муки,
- 4 ст. л. молотых сухарей,
- 1/2 ст. растит. масла,
- соль,
- черный и красный перец.

Рыбные рулетики

- Филе натереть солью и перцем и дать постоять 15 мин.
- Нарезать грудинку ломтиками. Яйца взбить вилкой.
- На ломтик филе положить ломтик грудинки, свернуть рулетом и скрепить зубочисткой. Обвалять в муке, смочить в яйцах, затем обвалять в сухарях и жарить на растит. масле.

Акимова Полина, г. Кострома

ПОТРЕБУЕТСЯ:

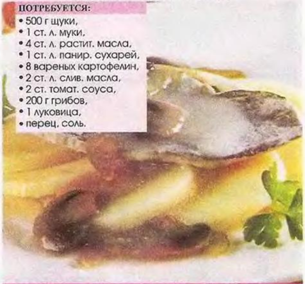
- 600 г рыбы,
- 1/2 лимона,
- 1/2 ст. белого сух. вина,
- 4 луковицы,
- 3 ст. л. слив. масла,
- соль, перец,
- пресное тесто,
- зелень.

Рыба, тушенная в горшочке

- Очищенную рыбу (судак, сом, морской окунь) нарезать порционными кусками вместе с кожей и костями, посолить, поперчить и уложить в горшок.
- Затем добавить сливочное масло, сок лимона, сухое вино, ошпаренный кипятком репчатый лук, перец горошком, лавровый лист, закрыть пресным тестом и поставить в духовку на 1-1,5 ч.
- Подавать в горшочке с отварным картофелем.

Бурдюгова Анна, г. Абакан

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 500 г щуки,
- 1 ст. л. муки,
- 4 ст. л. растит. масла,
- 1 ст. л. панир. сухарей,
- 8 вареных картофелин,
- 2 ст. л. слив. масла,
- 2 ст. томат. соуса,
- 200 г грибов,
- 1 луковица,
- перец, соль.



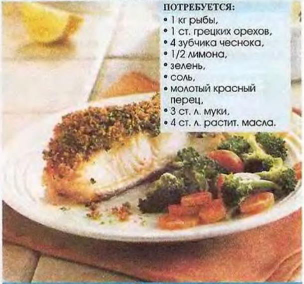
Щука, запеченная с грибами

• Филе щуки с кожей нарезать порционными кусками, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить.

• На сковороду или блюдо налить немного томатного соуса с добавлением жареных лука и грибов, положить кусочки жареной щуки, а вокруг - ломтики вареного картофеля, залить соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть сливочным маслом и запечь.

Захарова Валентина, г. Сызрань

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 1 кг рыбы,
- 1 ст. грецких орехов,
- 4 зубчика чеснока,
- 1/2 лимона,
- зелень,
- соль,
- молотый красный перец,
- 3 ст. л. муки,
- 4 ст. л. растит. масла.

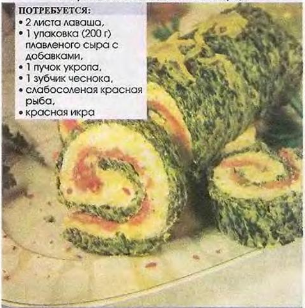


Жареная рыба в остром соусе

• Рыбу нарезать кусочками, посыпать солью и перцем, отставить на 10 мин. Затем обвалять в муке и обжарить. Орехи измельчить в мясорубке вместе с зубчиками чеснока. Посолить, поперчить и перемешать. Зелень мелко нарезать.

• Смешать зелень с ореховой массой. Добавить горячую воду до средней густоты, влить сок лимона. Залить кусочки рыбы и дать настояться.

Голубова Анасасия, г. Люберцы



ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 2 листа лаваша,
- 1 упаковка (200 г) плавленого сыра с добавками,
- 1 пучок укропа,
- 1 зубчик чеснока,
- слабосоленая красная рыба,
- красная икра

Рулет с лососем в лаваше

• Лаваш развернуть, хорошенько смазать плавленым сыром, посыпать сверху мелко нарезанным чесноком и укропом. Ломтики рыбы равномерно распределить по лавашу. Свернуть рулетом, накрыть фольгой, убрать в холодильник на 1 ч.

• При подаче нарезать ломтиками и украсить икрой.

Воробьева Людмила, г. Кострома

ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 700 г филе рыбы,
- 400 г свинины или говядины,
- 100 г белого хлеба,
- 1/2 ст. молока,
- 1 ст. л. маргарина,
- 1/2 ст. панир. сухарей,
- 1/4 ст. растит. масла,
- 2 ст. л. муки,
- 2 зубчика чеснока.

Котлеты на шпажках

• Мясо и рыбу пропустить через мясорубку, хорошо вымешать, добавить молоко, соль, перец, замоченный хлеб, маргарин, специи, чеснок, крахмал или муку, все хорошо перемешать.

• Затем руками, смоченными водой, сформовать котлеты в виде продолговатых колбасок. В один конец колбаски вставить короткую деревянную шпажку и обжарить котлету. Подавать с любым острым соусом.

Гнутова Зоя, г. Сызрань

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 1,5 кг рыбы,
- 2 луковицы,
- 4 моркови,
- 3 лавровых листа,
- 1/2 ст. 3% уксуса,
- 2 ч. л. желатина,
- гвоздика,
- душистый перец,
- соль, сахар по вкусу.

Заливная рыба «Закусочная»

- Рыбу нарежьте кусками. Головы, плавники, кости залейте холодной водой, доведите до кипения, добавьте нарезанные морковь, лук, лавровый лист, гвоздику, перец, соль. Варите 1 ч. Затем отвар процедите через сито, вскипятите еще раз и положите в него куски рыбы. Варите до готовности 15-20 мин. Готовую рыбу вынуть из отвара и охладить.
- В отвар добавьте уксус, сахар и предварительно замоченный в холодной воде желатин. Прогрейте до полного растворения желатина, процедите и охладите до комнатной температуры. Сложите рыбу в форму и залейте отваром, охладите.

Бычкова Ангелина, г. Армавир

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 2 большие тушки минтая,
- 200 г краб. палочек,
- 4 луковицы,
- 2 большие морковки,
- майонез,
- растит. масло,
- соль.

Минтай под шубой

- Обжарить мелко нарезанный репчатый лук с тертой морковью до золотистого цвета.
- Крабовые палочки нарезать кубиками и смешать с морковью и луком.
- Минтай отделить от костей, посолить, выложить на смазанную растит. маслом сковороду. Аккуратно укрыть рыбу «шубой» из крабовых палочек и моркови с луком.
- Сверху залить майонезом и запекать до золотистой корочки.

Галдина Анастасия, г. Ярославль

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 600 г карасей,
- 3 ст. л. слив. масла,
- 1 ст. л. панир. сухарей,
- 2 ст. л. муки,
- 1,5 ст. сметаны,
- 1 кг картофеля,
- соль, перец.

Караси в сметане

- Карасей очистить, выпотрошить, промыть, обтереть полотенцем, натереть солью, поперчить, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон до румяного цвета.
- Жареных карасей уложить на сковороду, смазанную маслом, вокруг обложить кусочками жареного картофеля, залить сметаной, посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в горячей духовке.

Извощикова Полина, г. Ессентуки

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 400 г филе рыбы горячего копчения,
- 2 б. сардин в масле,
- 2 пучка укропа,
- 2 ст. л. оливок,
- 100 г сливочного масла,
- 1 ст. л. готовой горчицы,
- 2 лимона,
- 100 г филе копченой красной рыбы.

Паштет «Копченый»

- Нарежьте кубиками 350 г филе. Остальное нарежьте ломтиками. Из рыбного филе и сардин приготовьте пюре. Укроп мелко нарежьте, а оливки - крупно порубите. Масло и горчицу взбейте, добавьте рыбное пюре. Разрежьте 1 лимон пополам и нарежьте ломтиками. У второго лимона снимите цедру. В паштет добавьте оливки, укроп и лимонную цедру, перемешайте, выложите на блюдо.
- Украсьте кусочками рыбного филе, филе красной рыбы, сардинами, оливками, веточками укропа и лимоном. До подачи храните в холодильнике.

Васичкина Нина, г. Среднеуральск

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 1 карп,
- 200 г стручковой фасоли,
- 2 моркови,
- лимон,
- соль, перец.

Запеченный карп в фольге

- Стручковую фасоль нарезать, добавить тертую морковь, посолить и слегка подсластить.
- Очищенную рыбу посолить, поперчить, сбрызнуть соком лимона и дать пропитаться 10 мин.
- Внутрь карпа поместить стручковую фасоль с морковью. Зашить брюшко ниткой или закрыть с помощью зубочисток. Завернуть карп в фольгу, положить на противень и поместить в разогретую до 200°С духовку, на 25-30 мин.

Билева Евгения, г. Томск

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 1,5 кг картофеля,
- 1 кг филе любой рыбы,
- 3 яйца,
- 100 г твердого сыра,
- 3 зубчика чеснока,
- майонез
- приправа для рыбы.

«Медвежья лапа» с рыбой

- Филе нарезать кусочками и замариновать в майонезе со специями.
- Картофель натереть на терке, отжать, добавить яйца, соль, чеснок и немного сыра.
- Противень застелить фольгой, смазать небольшим количеством растит. масла.
- Разложить часть картофельной массы на противень, сверху - рыбку, снова - картофельную массу и посыпать все тертым сыром.
- Запекать в духовке 35 мин.

Янова Людмила, г. Новочебоксарск

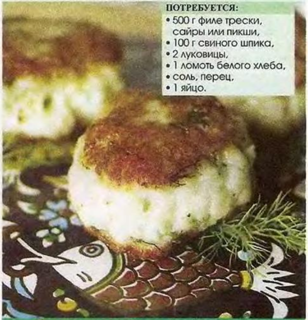
ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 500 г рыбного филе (кета),
- 100 г шпика,
- 2 ломтика батона,
- 3 ст. л. манной крупы,
- 1 ст. молока,
- 2 картофелины,
- 1 пучок зелени,
- 150 г сыра,
- 100 г моркови по-корейски,
- соль,
- 1 луковица.

Рыбный рулет «Легкость»

- Рыбное филе, шпик, лук пропустить через мясорубку, добавить размоченные в молоке, отжатые ломтики батона, манку, соль по вкусу и тщательно перемешать. Сырой картофель натереть на крупной терке и отжать. Зелень порубить. Сыр натереть на крупной терке. На кусок фольги выложить рыбный фарш в 2 см, так, чтобы края фольги остались незаполненными по 3-4 см по всему периметру. Сверху выложить натертый картофель, посыпать зеленью. Затем - сыр и морковь.
- Свернуть в рулет, подвернуть края фольги, запекать в духовке 40 мин. при 180°С.

Волховская Светлана, г. Глазов



ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 500 г филе трески, сайры или пикши,
- 100 г свиного шпика,
- 2 луковицы,
- 1 ломоть белого хлеба,
- соль, перец,
- 1 яйцо.

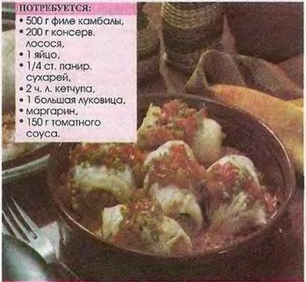
Котлеты «По-мончегорски»

- Все пропустить через мясорубку, добавить специи и яйцо.
- Хорошо выбить фарш и сформовать котлеты.
- Обжарить на растит. масле, запанировав их в муке.

Баровкова Вероника, г. Торжок

ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 500 г филе камбалы,
- 200 г консерв. лосося,
- 1 яйцо,
- 1/4 ст. панир. сухарей,
- 2 ч. л. кетчупа,
- 1 большая луковица,
- маргарин,
- 150 г томатного соуса.



Камбала с начинкой из лосося

- Смешать лосось с взбитым яйцом, панировочными сухарями и кетчупом.
- Выложить на каждый кусочек филе лососевую смесь, свернуть в трубочку и закрепить зубочисткой.
- Форму смазать маргарином, выложить луком, сверху положить трубочки, смазать растопленным маргарином и залить томатным соусом.
- Запекать в подогретой духовке при 175°С 30-40 мин.

Авраамова Полина, г. Тверь

ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 500 г дрожжевого теста,
- 500 г свежей горбуши,
- соль, лавровый лист,
- черный перец горошком.

Пирожки с горбушей

- Рыбу разделать на филе с кожей, но без костей, нарезать равными полосками, по числу пирожков. Разделить тесто на части и раскатать лепешки. Положить по одной полоске на каждую лепешку кожей вниз, сверху кусочек лаврового листа и две горошины перца.
- Защипать края, выложить пирожки на противень и выпекать в духовке при 180°С

Васильева Марина, г. Владимир

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 300 г филе рыбы,
- 100 г булки,
- 1 яйцо,
- 1/2 ст. молока,
- 5 ст. л. панир. сухарей,
- 1/2 ст. растит. масла,
- 3 ст. л. слив. масла,
- 2 яйца,
- зелень,
- соль, перец.

Котлеты из рыбы с маслом

- Филе нарезать кусками, пропустить через мясорубку вместе с размоченной в молоке булкой, добавить соль, перец, размешать, добавив сырое яйцо, до пышной однородной массы.
- Разделить массу на порции, придать каждой форму лепешки.
- На середину каждой лепешки выложить кусочек сливочного масла, растертого с мелко нашинкованной зеленью, скатать в виде валика.
- Смочить котлеты в яйце, обвалять в сухарях, повторить эту операцию дважды и обжарить на растит. масле до готовности.

Яновская Светлана, г. Светлоград

ПОТРЕБУЕТСЯ:
- 500 г филе семги (можно другую морскую рыбу),
- 3 картофелины,
- 1 сладкое яблоко,
- 2 яйца,
- 3 ст. л. готовой горчицы,
- кунжут,
- растит. масло,
- соль.

Рыба в яблочной корочке

- Рыбу нарезать порционными кусками. Посолить, обмазать горчицей.
- Картофель очистить, у яблока удалить семена и очистить кожицу.
- Натереть яблоко и картофель на терке, добавить яйца, посолить, хорошо перемешать и отжать.
- Облепить кусочек рыбы картофельно-яблочной смесью со всех сторон. Обжарить на разогретом растит. масле до золотистой корочки.
- Подавать, посыпав кунжутом.

Богаевская Инесса, г. Тюмень

Скумбрия «Сливочная неженка»

1 непотрошеная тушка скумбрии, 1 луковица, 100 г овощного ассорти (замороженная смесь), 100 г шампиньонов, 50 г твердого сыра, 1/2 ст. 20% сливок, 2 ст. л. лимонного сока, соль, перец по вкусу.

От головы рыбы до хвоста, вдоль одной стороны спинного плавника, сделать надрез. Затем сделать второй надрез, параллельно первому, с другой стороны спинного плавника. Перерезать хребет у головы и хвоста и аккуратно вынуть его. Затем удалить кишки, реберные кости, жабры.

Потрошеную скумбрию посолить, поперчить, сбрызнуть соком лимона снаружи и изнутри, оставить мариноваться мин. на 20. Лук нарезать и обжарить на сливочном масле, добавить овощную смесь, посолить, поперчить и довести до готовности овощей. Грибы нарезать и обжарить, смешать, добавить рубленую зелень.

Форму смазать маслом, выложить рыбу на брюшко, наполнить подготовленным фаршем так, чтобы рыба напоминала лодку. Сыр натереть на крупной терке и выложить поверх овощей. Все это залить сливками и поставить в духовку на 25-30 мин. при 180°С.

Лазутчикова Алевтина, г. Орел

Рыбка под шубкой «Нежнейшая»

3 любого рыбного филе, мука, 2 яйца, 150 г болгарского перца, 150 г сыра, 1 лимон, соль, 2 ст. л. майонеза.

Филе нарезать порционными кусками. Куски рыбы обвалять сначала в муке, затем смочить в яйце и выложить в сковороду и обжарить на сильном огне с каждой стороны до золотистого цвета и переложить в смазанную форму. Выложить на рыбу нарезанный кубиками перец, смазать майонезом. Посыпать тертым на крупной терке сыром, а на сыр выложить дольки лимона.

Поставить сковороду в прогретую до 200-210°С духовку и запекать 15-20 мин. до светло-золотистого цвета.

Совет: долго в духовке не держите, иначе пересушите.

Евсеева Людмила, г. Тамбов

Сазан с грибами

1 сазан, 1/2 ст. риса, 1 ст. сушеных грибов, 4 луковицы, 2 яйца, 4 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. сметаны, 1 ст. л. сухарей, соль, перец по вкусу.

Филе сазана тщательно промыть, обсушить, слегка посолить. На одно филе положить начинку и накрыть его вторым филе. После этого уложить рыбу на смазанную маслом сковороду, смазать сметаной, посыпать сухарями и запечь в духовке. При подаче фаршированного сазана нарезать порционными кусками.

Для начинки: мелко нашинкованный лук спассеровать на масле, добавить сваренные, а затем обжаренные рубленые сушеные грибы, вареный рис, рубленое яйцо, укроп, соль, перец и перемешать.

Губкина Светлана, г. Рыбинск

Рыба «По-милански»

500 г любого рыбного филе, 100 г сыра, 1 ст. молока, 1 ст. л. муки, 1 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. томат-пасты, соль, перец по вкусу.

Муку спассеровать на растопленном масле, слегка охладить, развести молоком и проварить 5 мин. Добавить томат-пасту, тертый сыр, взбитые яичные желтки, перемешать.

Посолить, поперчить. Рыбное филе нарезать кубиками, обжарить на растит. масле и залить соусом. Затем, добавить взбитые белки, перемешать. Выложить массу в форму и выпекать до образования золотистой корочки.

При подаче оформить ломтиками лимона и зеленью.

Виденина Надежда, г. Братск

Рыба под овощами с сыром

1 кг рыбного филе (хек, минтай), 1 луковица, 2 средних помидора, 2 ст. л. майонеза или сметаны, 100 г тертого твердого сыра, 2 яйца, 1,5 ст. л. муки, паприка (сушеная) или сладкий перец по желанию.

Рыбу нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, посыпать любимой приправой. Взбить яйца с мукой. Обмакнуть каждый кусочек рыбы в смесь, быстро обжарить и переложить на противень. Нарезать лук кольцами, уложить поверх рыбки.

Помидоры нарезать кружочками, выложить поверх лука. Обязательно в такой последовательности, тогда лук будет хрустящим, а не тушеным. На каждую башенку капнуть немного майонеза, засыпать тертым сыром. Поставить в разогретую до 180°С духовку на 15-20 мин., на гарнир подать отварной рис.

Дмитрова Людмила, г. Зелонодольск

Карп, фаршированный гречкой и грибами

1 карп (1,5 кг), 3/4 ст. гречи, 200 г шампиньонов, 1 луковица, 1 ст. сметаны, 6 ломтиков лимона, соль, перец по вкусу.

Репчатый лук и грибы мелко нарезать и обжарить до золотистого цвета. Карпа вымыть, очистить, отрезать голову, вычистить брюшко, не прорезая его. Аккуратно под струей воды удалить чешую. Гречку залить кипятком, дать немного постоять под закрытой крышкой и воду слить. Гречка должна быть полугодовой, варить ее не стоит. В гречку выложить обжаренные лук и грибы, сметану, посолить все и хорошенько перемешать. На спине рыбы сделать 3 надреза. Аккуратно нафаршировать рыбу гречневой массой. В разрезы на спине вставить ломтики лимона. Переложить рыбу на подготовленный, смазанный маслом противень. Поставить запекаться в духовку на 1 ч. при 180°С. Периодически вынимать рыбу и смотреть ее готовность. Если рыба начинает пригорать, можно смазать ее растит. маслом.

Готовую рыбу выложить на блюдо, нарезать порционными кусками и подавать к столу.

Малюгина Дана, г. Москва

Семга слабосоленая «Особенная»

Семга, соль.

Кусок семги из середины рыбы или ближе к голове разрезать вдоль хребта, удалить хребет и все кости. Кожу можно не снимать. Натереть куски мелкой солью. Соединить куски кожей наверх, завернуть в хлопчатобумажную салфетку, затем положить в целлофановый пакет и оставить при комнатной температуре. Через день перевернуть на другую сторону и оставить еще на день. Затем положить на день в холодильник, и рыбка готова.

Ковалева Елена, г. Якутск

Селедка соленая «Всегда удачная»

2 потрошеные сельди или 4 филе, 1 ст. л. соли, 1 ч. л. сахара, лавровый лист, кориандр.

Соль, сахар и пряности перемешать и этой смесью пересыпать рыбу. Поставить под гнет, в холодильник, а через сутки переложить в банку, залить образовавшимся рассолом и долить растит. масло так, чтобы оно покрыло рыбку.

Кириллова Алена, г. Иркутск

Скумбрия слабосоленая «От бабушки»

2 свежих скумбрии, 1 л воды, 2,5 ст. л. сахара, 3 ст. л. с верхом соли, 2 горсти луковой шелухи, 3 ст. л. «жидкого дыма» (жидкость для копчения).

У скумбрии отрежьте голову, распорите брюшко, выпотрошите, промойте.

Для рассола: воду вылейте в небольшую кастрюльку, добавьте соль, сахар, положите луковую шелуху и доведите до кипения. Луковую шелуху удалите.

Рассол остудите до комнатной температуры, добавьте «жидкий дым», перемешайте.

Рыбу выложите в кастрюльку, залейте рассолом и поставьте на 3 дня в холодильник.

Перед подачей рыбу достаньте из рассола, обсушите и нарежьте кусочками.

Коробейникова Ирина, г. Н. Новгород

Филе скумбрии «Пикантное»

На 1 кг филе скумбрии - 2 ст. л. соли, 1 ст. л. сахара, по одной щепотке черного молотого перца и тонко смолотого в кофемолке лаврового листа.

Соль смешать с сахаром, добавить перец и лавровый лист, тщательно перемешать и полученной смесью равномерно посыпать филе рыбы. Завернуть во влажную холщовую салфетку, затем в пергаментную бумагу и хранить в морозилке.

Через 2-3 недели скумбрия готова. Она имеет нежный, слегка сладковатый, пикантный вкус.

Скумбрию пикантную можно разнообразно использовать с печеным и отварным картофелем, с блинами, для бутербродов с крепким сладким чаем.

Гричинская Ольга, г. Элиста

Сельдь в винном соусе

4 банки с завинчивающимися крышками по 250 мл, 1 кг соленой сельди, 3/4 ст. красного винного уксуса, 1/2 ст. хереса, 1/2 ст. сахара, 2 красные луковицы, 1 морковь, 50 г корня хрена, 50 г свежего имбиря, 2 ч. л. горчицы, 4 небольших лавровых листа.

Сельдь замочить на сутки в холодной воде. Затем разделать на чистое филе, подсушить и нарезать косыми ломтями. Уксус, херес и сахар вскипятить и дать остыть. Лук, морковь, хрен и имбирь нарезать тонкими кружками.

Рыбу уложить в банки, перекладывая пряностями и овощами. Залить теплым маринадом, банки закрыть, охладить и дать постоять 2 дня в холодильнике. Хранить в холодильнике.

Такая селедка очень вкусна к пиву.

Усачева Наталья, г. Сосновый Бор

Корюшка маринованная

2 кг корюшки.

Маринад: 2 ст. воды, 1/3 ст. 9% уксуса, 1 ч. л. соли, 2 ст. л. сахара, 3 гвоздики, 5 горошин черного перца, любая душистая травка.

Для маринада: в кипящую воду положить все, кроме уксуса, перемешать, довести до кипения, влить.

Корюшку вымыв, вскипятить ее с маринадом и отбросить на сито. Маринад, который стечет с рыбы, остудить. Корюшку сложить в банку рядами, перекладывая ее нашинкованными и отварными морковью, петрушкой и луком и залить оставшимся холодным маринадом. Банку обвязать пакетом и хранить в холодильнике.

Через 3 дня рыба готова.

Горелова Варвара, г. Кузнецк

Лосось с медово-горчичным соусом

На 1 кг лосося - 1/2 ст. соли, 1/4 ст. сахара, 3 средних апельсина, 50 г укропа.

Соус на 1 порцию: 2 ч. л. дижонской горчицы, 1 ст. л. бальзамического уксуса, 2 ст. л. оливкового масла, 1/2 ст. л. меда.

Филе лосося с кожей натереть солью, сахаром и мелкорубленым укропом. Затем обложить апельсинами, очищенными от кожуры и нарезанными кружочками. Положить рыбу в холодильник на 12 ч., затем рыбу перевернуть и оставить еще на 12 ч.

При подаче нарезать филе очень тонкими ломтиками под углом и свернуть рулетиками. Уложить рулетики в тарелку, сверху положить небольшие кусочки помидора и веточки укропа. Отдельно подать соус.

Для соуса: горчицу смешать с уксусом, оливковым маслом и медом.

Грошева Евгения, г. Северодвинск

Рыба «Под хмельком»

1 кг рыбы, 3 ч. л. соли, 1 ч. л. сахара, специи по вкусу, 2 ст. л. водки, лимонный сок.

Рыбу (сельдь, горбушу или скумбрию свежемороженые) почистить, разделать на филе без кожи и костей, сбрызнуть лимонным соком.

Филе нарезать небольшими кусочками и заправить маринадом. Сложить в стеклянную банку и убрать в холодильник на 3 ч.

Для маринада: соединить соль, сахар, специи (по вкусу: молотые черный, красный и душистый перец, аджику или готовую приправу для рыбы), перемешивая, понемногу добавить водку до консистенции кашицы.

Барисова Светлана, г. Санкт-Петербург

Рыба, соленная «Под лосося»

1 кг рыбы (щука, жерех, язь).

Засолочная смесь: 1/2 ст. соли, 1/4 ст. сахара, толченый душистый перец или кориандр по вкусу.

Рыбу вскрывают по всей длине со стороны спинки. Голову и узкую часть хвоста отрезают, можно отрезать и все плавники. Внутри рыбу начисто протереть чистой тряпкой. Желательно вырезать позвоночник и, сделав легкие надрезы, выдернуть ребра.

Рыбу внутри умеренно посыпают тщательно перемешанной засолочной смесью, после чего помещают в кастрюлю под небольшой гнет.

Кастрюлю ставят в погреб или холодильник. Через два дня рыба готова.

Цветом и вкусом она приближается к малосольной лососине, мелкие косточки растворяются. После засолки по желанию ее можно закоптить.

Чуркина Валентина, г. Ханты-Мансийск

Килька «Пряная»

На 1 кг кильки - 1 неполная ст. л. соли, черный перец горошком, лавровый лист.

Все перемешать, сложить в стеклянную банку и поставить в холодильник. На следующий день готово.

Солить с головой и непотрошеную, а когда просолилась (через 1-2 дня), все лишнее удалить, уложить в банку, залить растит. маслом и хранить в холодильнике.

Смолина Анастасия, г. Тюмень

Горбуша соленая с лучком

1 горбуша среднего размера, 3 луковицы, 1/2 ст. растит. масла.

Для рассола: в 1 л кипяченой воды растворить 1 ст. соли, остудить.

Рыбу очистить, выпотрошить, отрезать голову и хвост, нарезать кусочками толщиной 2-3 см и залить холодным рассолом на 2 ч. Затем ломтики рыбы вынуть из рассола и уложить плотно (это важно!) в контейнер, чередуя кольцами лука: слой рыбы, слой лука, последний слой - лук. Сверху залить маслом, закрыть контейнер крышкой и поставить в холодильник.

Через день можно пробовать.

Свиридова Полина, г. Таганрог

Скумбрия, соленная с горчицей

1 скумбрия.

Рассол: 1 л воды, 5 ст. л. соли, 3 ст. л. сахара, 1 ст. л. сухой горчицы, 6 лавровых листьев, 2 бутона гвоздики, 2 ст. л. растит. масла.

Очистить рыбу, отрубить голову, выпотрошить, отрезать плавники и хвост.

Сварить рассол из перечисленных продуктов и остудить. Положить в рассол рыбу, поставить небольшой гнет и оставить на сутки в прохладном месте.

Если рассола достаточно, то груз можно не класть, но при этом не забывать часто переворачивать рыбу.

Липкина Светлана, г. Зеленодольск

Семга «Заманчивая»

500 г филе семги, 2 ст. л. мелкой соли, 3 ч. л. сахара, 8 горошин черного перца, 5 лавровых листьев.

Рыбу промыть, обсушить, посыпать с обеих сторон смесью соли и сахара, положить в миску, сверху положить лавровый лист и перец горошком.

Миску с рыбой накрыть крышкой и поставить на 3-4 дня в холодильник.

Перед подачей на стол нарезать рыбу тонкими кусочками, выложить на блюдо и украсить лимоном.

Колесник Ирина, г. Ногинск

Сельдь «Финляндия»

600 г соленой сельди, 400 г 3% уксуса, 1/2 ст. сахарной пудры, 200 г репчатого лука, 50 г хрена, 5 г имбиря, 5 г горчичных зерен, лавровый лист, соль.

Сельдь вымачивают 5 ч. в холодной воде, снимают кожу и отделяют филе. Готовят маринад из уксуса, сахара, хрена, имбиря, нарезанного кольцами лука, зерен горчицы и лавра.

Сельдь нарезают кусками толщиной 2-3 см и выдерживают в полученном маринаде 2 дня.

Анистратенко Галина, г. Серпухов

Маринованный лосось

800 г лосося, 1 пучок укропа, 1 ст. л. соли крупного помола, 1/4 ст. л. сахара, 1/2 ст. л. молотого белого перца.

Очищенного от чешуи лосося разрезать вдоль пополам и вынуть хребет. Половинки лосося вымыть и обсушить. Филе положить в большую миску кожей вниз и посыпать крупно нарезанным укропом и смесью из соли, сахара и перца и положить на этот кусок второй кусок филе кожей вверх. Прикрыть рыбу фольгой и положить на нее груз. Поставить на 3 дня в холодильник. Каждые 12 ч. переворачивать филе и поливать его с двух сторон образовавшимся соком.

При подаче нарезать рыбу тонкими косыми ломтиками без кожи, выложить на блюдо. Отдельно подать лимон.

Буянова Тамара, г. Быхов, Беларусь

Семга «Апельсиновая»

500 г филе семги с кожей, 1/2 ст. л. сухого тмина, 1/2 пучка свежего укропа, 3/4 ст. апельсинового сока, 1/4 ст. соли крупного помола.

Размолоть тмин, укроп мелко порубить. Апельсиновый сок уварить в 3 раза. Смешать укроп, тмин и апельсиновый сок. Семгу уложить в лоток кожей вниз.

Сверху выложить смесь из сока и приправ, посыпать крупной солью, накрыть влажной салфеткой и оставить мариноваться в холодильнике на 6-8 ч. Затем удалить соль и маринад, нарезать семгу тонкими ломтиками.

При подаче на стол блюдо оформить укропом, листьями салата, лимоном, маслинами и свежими огурцами.

Горбункова Татьяна, г. Киров

Маринованная рыба «Лаока»

1 кг рыбы.

Рассол: 1 л воды, 1 ст. л. соли, 1 картофелина, 1 лавровый лист, черный перец горошком, пряности по вкусу.

Приготовить рассол: в воде растворить соль. В рассол добавить 1 сырую картофелину, нарезанную тонкими ломтиками. Рыбу разделать на чистое филе, уложить в кастрюльку слоями с лавровым листом, горошинами перца и любыми пряностями. Залить рассолом, положить гнет и на 2-3 дня оставить при комнатной температуре.

Жукова Татьяна, г. Кострома

Филе скумбрии со специями

800 г скумбрии, 2 ст. л. соли, 1 ст. л. сахара, лавровый лист и черный перец горошком по вкусу.

Скумбрию разделать на филе, нарезать кусочками и натереть их солью с сахаром. Уложить рыбу слоями, между каждым слоем - лавровый лист и перец. Сверху прижать гнетом, накрыть посуду крышкой и оставить на 2 дня в прохладном месте.

Ич□ва Влада, г. Томск

Сельдь «По-приморски»

4-5 селедок, 4 ст. л. соли, 2 ст. л. сахара, 2-3 ст. л. растит. масла, долька лимона.

Свежемороженую сельдь разморозить, разделать на чистое филе без кожи и костей, обильно натереть смесью соли и сахара из расчета 2 ст. л. соли на 1 ст. л. сахара. В смесь можно добавить сухие приправы по вкусу. Готовое филе нарезать поперек полосками шириной 2 см.

На дно банки налить 1 ст. л. прокипяченного растит. масла. Слоями плотно уложить подготовленную селедку до верха банки, сверху залить 1 ст. л. растит. масла и положить дольку лимона. Поставить в холодильник на 2 суток.

По прошествии этого времени селедка готова. Теперь ее можно смазать горчицей - получится сельдь в горчичной заливке, или острым кетчупом, или майонезом.

Тугушева Виктория, г. Черкесск

Селедка «По-швейцарски»

500 г сельди, 3 луковицы, 1 морковь, 1 ч. л. черного перца горошком, 1 ч. л. горчичных семян, 3 лавровых листа, 5 г имбиря.

Маринад: 1 ст. 3% уксуса, 1 ст. воды, 1/2 ст. сахара.

Сельдь вымачивают 12 ч. в воде, а затем нарезают ломтиками толщиной 2-3 см. Воду кипятят с сахаром и уксусом и охлаждают. Сельдь укладывают в стеклянную, фаянсовую или эмалированную посуду, добавляют нарезанные кольцами лук и морковь, черный перец горошком, горчичные семена, лаврушку, имбирь, все заливают маринадом и оставляют на холоде в течение 2 дней.

Прокушкина Елена, г. Орехово-Зуево

Скумбрия маринованная

На 3 мороженые скумбрии - 2 ст. л. мелко нарезанного укропа.

Маринад: 1/2 ст. растит. масла, 3 ст. л. 3% уксуса, 1 ч. л. готовой горчицы, 1/2 ст. л. соли, 1/2 ст. л. сахара.

Подготовленную рыбу разделать на филе, положить кожей вниз и срезать тонкие ломтики без кожи. На дно эмалированной кастрюли слоями положить укроп и кусочки рыбы.

Продукты для маринада смешать, залить рыбу и поставить на 3-4 ч. в холодильник. Подавать к столу вместе с маринадом, украсив зеленью.

Петрова Екатерина, г. Тула

Горбуша в маринаде «По-быстрому»

2 кг горбуши, 1 л воды, 1 ст. соли, 1/2 ст. сахара, перец горошком (по вкусу), 3 лавровых листа.

Рассол вскипятить, остудить, нарезать рыбу средними кусочками, уложить в кастрюлю, залить рассолом и оставить на 2 ч., затем рассол слить.

Хранить рыбу в холодильнике. При подаче можно посыпать ее нарезанным кольцами луком.

Алексеева Ольга, г. Старый Оскол

Рыбка маринованная «По-бразильски»

400 г рыбного филе, 3 луковицы, 1 ст. л. сливочного масла, миндаль.

Маринад: 1/2 ст. винного уксуса, 1/3 ст. растит. масла, 1 ч. л. томат-пасты, 1/2 ст. л. сахара, перец черный и красный, лавровый лист, соль.

Филе нарезать ломтиками и припустить в подсоленной воде.

Уксус, растит. масло, соль, перец, лавровый лист, томат, сахар соединить, прокипятить и немного охладить. В приготовленный маринад положить ломтики рыбы и посыпать нарезанным тонкими кольцами луком. Через 8 ч. рыба готова.

Подать, украсив кольцами лука и слегка обжаренным на сливочном масле миндалем.

Лемехова Марина, г. Шадринск

Скумбрия - рецепт строганины

Филе 1 скумбрии, тонко нарезанный чеснок, соль, перец и лавровый лист по вкусу.

Филе посолить, поперчить (внутреннюю сторону), посыпать чесночком и мелко покрошенной лаврушкой. Накрыть второй половинкой, положить в пакет и туго перевязать ниткой или шпагатом.

Оставить на 2 ч. в холодильнике, затем переложить в морозилку. Через 3-4 ч. рыба готова.

Перед подачей рыбу достать и нарезать очень тонкими ломтиками (настрогать).

Очень вкусно с вареной картошечкой! Даже разморозившись, что происходит через 10 минут, рыбка просто супер!

Голицына Вера, г. Сургут

Слоеный пирог с рыбой и картофелем

500 г дрожжевого слоеного теста, 200 г филе рыбы (судак, горбуша, пангасиус и т. д.), 400 г картофеля, 3 луковицы, соль, перец.

Рыбу нарезать небольшими кусочками. Лук мелко порубить. Картофель нарезать кружочками. Тесто раскатать в прямоугольник. На середину пласта, отступив от краев 6-7 см, выложить картофель, посолить, поперчить. На картофель выложить лук. На лук - рыбу, посолить, поперчить.

Далее сделать надрезы по краям теста шириной 3 см. Затем полоски «переплести» поверх начинки. Должна получиться плетенка. Перенести пирог на противень. Поставить в разогретую до 180°С духовку. Выпекать в течение 40-50 мин.

Гарелкина Вера, г. Екатеринбург

Пирог «Для рыбака и грибника»

100 г сухих грибов, 2 кг филе хека, 3 луковицы, 1 морковь, 300 г булки, 100 г маргарина, 3 вареных яйца, соль, перец по вкусу.

Грибы отварить, бульон слить, грибы нарезать соломкой, слегка обжарить. Лук и морковь мелко нарезать, обжарить и соединить с грибами. В остывшую массу добавить 2 рубленых яйца. Филе хека дважды пропустить через мясорубку, соединить с размоченной в грибном отваре булкой, рубленым яйцом, солью и перцем, все перемешать. Противень смазать маслом или маргарином, выложить на него половину рыбной массы, на нее положить грибную начинку, начинку покрыть вторым слоем рыбной массы. Запечь в духовке.

Баталкина Валентина, г. Ногинск

Кулебяка с рыбой

Тесто: 500 г муки, 1 ст. л. молока, 150 г слив. масла, 3 желтка, 30 г дрожжей.

Начинка: 500 г судака, 400 г щуки, 200 г семги, 1/4 ст. л. перловой крупы, 2 яйца, 100 г сливочного масла, 1 луковица, укроп.

Замесить тесто на молоке с дрожжами и 1/2 муки, немного посолить. Когда тесто поднимется, положить в него размягченное масло, желтки, добавить оставшуюся муку, хорошо вымесить и снова дать подняться.

Для начинки: судака очистить от костей, нарезать кусочками. Нарезанную рыбу обжарить с мелкорубленым луком и укропом (свежим или сушеным).

Крупу перебрать, промыть, сварить до готовности, откинуть на дуршлаг, протереть сквозь сито, добавить масло, посолить, смешать с мелкорублеными яйцами, поставить в духовку, чтобы слегка подрумянились, потом тщательно перемешать с рыбным фаршем.

Сделать длинную или круглую кулебяку. Вначале на пласт теста уложить слой смешанной начинки, затем нарезанные ломтиками щуку и семгу, затем снова начинку.

Защипать, дать подняться, смазать яйцом и выпечь до готовности в духовке при 180°С.

Герасимова Людмила, г. Ессентуки

Легкий киш с копченой рыбой

400 г готового слоеного теста, 400 г копченого лосося и 400 г копченой селедки, 3 яйца, 3/4 ст. сливок, 1/2 пучка укропа.

Этот пирог отлично готовится и с другой рыбой - нужен копченый вкус.

Разогреть духовку до 190°С. Тонко раскатать тесто. Смазать маслом круглую разъемную форму для пирога с низкими стенками.

Проложить тестом, подрезая края, на него разложить нарезанную рыбу.

Взбить яйца со сливками и измельченным укропом, приправить солью и перцем и перелить в форму. Запекать в духовке до готовности.

Подавать, посыпав укропом.

Герцова Ирина, г. Калининград

Пирожки «Рыбацкие»

Тесто: 3 ст. муки, 250 г сливочного масла, 1 ст. воды, лимонная кислота, соль.

Начинка: 1 б. рыбных консервов в масле, зеленый лук, 1/3 ст. вареного риса, 2 вареных яйца.

Половину муки смешать с маслом. Замесить тесто и поставить в холодильник на 20 мин. Из остальной муки замесить тесто на воде с добавлением лимонной кислоты и соли. Раскатать пласт, на середину положить тесто из холодильника. Сложить конвертом и защипать края. Все тесто аккуратно раскатать в одном направлении, снова сложить конвертом и поставить в холодильник. Повторить процесс трижды. Приготовить начинку из консервов, отварного риса и мелкорубленого зеленого лука. Слепить пирожки, смазать яйцом и выпекать в духовке при 180°С до золотистого цвета.

Данилова Елена, г. Петрозаводск

Рыба под слойкой «По-нахимовски»

600 г слоеного теста, 300 г рыбы, 200 г картофеля, растит. масло, соль по вкусу.

Тесто раскатать в пласт толщиной 1 см, разрезать на кусочки размером 7х7. На смазанный противень уложить тонкий слой нарезанного кружочками отварного картофеля, на него - слой мелкой рыбы или рыбного филе, посолить, полить растит. маслом, закрыть кусочками теста и выпечь в духовке до готовности.

Брызгалина Наталья, г. Екатеринбург

Пирожки с картофелем и лососем

1 картофелина, очищенная и нарезанная кубиками, 300 мл сливок, 2 ст. л. укропа, 250 г филе лосося, нарезанного кубиками, 700 г готового слоеного теста, 1 яйцо (взбитое), соль и молотый черный перец

Положить картофель в кастрюлю со сливками, довести до кипения и варить 5 мин. на медленном огне до полуготовности. Охладить, затем добавить укроп и лосось, приправить солью и перцем. Раскатать тесто в пласт толщиной 3 мм, вырезать 12 кружков диаметром 7-8 см и столько же кружков диаметром 10 см.

Положить маленькие кружки на противень, смазать края холодной водой и положить в середину 2 ст. л. начинки. Накрыть большими кружками, защипнуть края и сделать дырочку в середине, чтобы выходил пар. Поставить в холодильник на 10 мин.

Затем смазать пирожки взбитым яйцом, поставить в разогреть до 220°С духовку и запекать 20 мин., пока тесто не будет хрустящим. Подавать теплыми.

Горина Арина, г. Киров

Пирог-рыбник

***Тесто:** 250 г муки, 1 неполный ст. теплой воды, 30 г дрожжей, 3 ст. л. растит. масла, щепотка соли.*

***Начинка:** 400 г рыбного филе, 100 г маринованного лука, 200 г консерв. или свежих помидоров, 150 г панировочных сухарей, соль и перец, 2 ст. л. манной крупы.*

Подготовленное филе нарезать небольшими кусочками и припустить в небольшом количестве подсоленной и подкисленной воды на слабом огне до мягкости. Маринованный лук нарезать кольцами. Свежие помидоры промыть и обсушить, консервированные - вынуть из рассола и тоже обсушить.

Из перечисленных продуктов приготовить дрожжевое безопарное тесто, дать ему подняться и раскатать круглую, по величине сковородки лепешку. Переложить ее в форму, смазать растит. маслом и слегка обсыпать манкой. Выложить на тесто слой приготовленной рыбы, поверх - слой лука и помидоров. Равномерно обсыпать молотыми сухарями и сбрызнуть растит. маслом. Оформить края пирога тестом и печь в духовке при 200°С до готовности.

Вместо свежей рыбы можно использовать любую консервированную в масле или собственном соку.

Каменская Мария, г. Дзержинск

Пирожки «По-фински»

***Тесто:** 500 г муки, 100 г маргарина, 2 желтка, соль.*

***Начинка:** 800 г рыбного филе, 150 г шпика, 2 луковицы, 2 ст. л. сметаны, соль, перец.*

Филе, лук, шпик пропустить через мясорубку, добавить сметану, соль, перец, 1 желток.

Из просеянной муки, маргарина, соли, желтков приготовить тесто на воде, тонко раскатать его, разрезать на 4 части и начинить рыбным фаршем. Сформовать пирожки, уложить их на смазанный противень, смазать желтком и выпекать при 180°С до золотисто-коричневого цвета.

Борисова Ольга, г. Ачинск

Пирог с картофелем и рыбой

Дрожжевое тесто, 500 г картофеля, 500 г рыбного филе, 6 луковиц, соль, перец по вкусу, растит. масло.

Картофель нарезать соломкой, лук - кольцами, рыбу - крупными кусками. Сразу заправить рыбу солью и перцем. Раскатать половину теста на доске, посыпанной мукой, в пласт толщиной в 1 см. Выложить тесто на противень, смазанный маслом, на него выложить нарезанный картофель, посолить, затем положить слой рыбы, а сверху - кольца лука. Накрыть пирог вторым слоем теста, залепить края, поверхность наколоть в нескольких местах вилкой.

Смазать пирог крепким сладким чаем. Дать постоять 15 мин., поставить в духовку и выпекать при 180°С.

Когда пирог будет готов - смазать его маслом и накрыть полотенцем.